

友愛ホームだより

平成 29 年 11 月 15 日
第 77 号

〒157-8575 東京都世田谷区砧3-9-11
Tel 03 (3416) 3164
社会福祉法人 友愛十字会 養護老人ホーム 友愛ホーム

発行人 園長 金井 博
友愛ホームだより編集委員会

友愛ホームだよりはホームページでもご覧になれます (<http://www.yuai.or.jp/yuaiho-mu>)

一泊旅行

友愛ホーム今年度の一泊旅行は、千葉県鴨川市へ行って来ました。

初日は「アクアライン海ほたる」や世界有数の鯛の生息地として国の天然記念物にも指定されている鴨川市小湊の「鯛の浦タイ生息地」へ。鯛の浦は、鯛見物のため遊覧船が運行されており、船縁を叩くと、群がる鯛の神秘的な様子を見ることが出来ます。餌を求めて浮上してくる鯛の姿に、皆さん興味津々の様子でした。

鯛の浦遊覧船から道路を渡ってすぐ、二〇二一年には生誕八〇〇年を迎えるという日蓮生誕の地、「誕生寺」へお参りに行きました。お参りをした後、おみくじを引き、皆さんゆっくり過ごすことが出来ました。

二日目は台風に見舞われるという悪天候。風雨激しい中「鴨川シーワールド水族館」へ。屋外でのイルカショーは残念ながら見学できませんでしたが、室内で飼育展示されている日頃見る事の出来ない美しく珍しい海洋生物たちの姿に皆さん目が釘付け。中には「あの魚あの人に似ている！」と、今回旅行に参加されなかった利用者さんのお顔を思い浮かべながら見比べている方もいました。

「凄く楽しかった」「ごはんも美味しかったよ」と二日目の台風にも気分を悪くされず皆さんに喜んでいただけたのは何よりも幸いでした。来年も皆さんが楽しんでいただけるような楽しい旅行を計画したいと思っています。



敬老会



敬老の日の約一週間前となる九月十二日に敬老会を行いました。午前とお昼の二部制で、第一部は毎年恒例で職員による出し物となっております。今年は「マジックショー」をご覧いただきました。手から杖を出したり、バケツの水を消したりと、さまざまなマジックを披露し利用者の皆さんからは温かい拍手を頂きました。

第二部は、お楽しみ「御祝い膳」を中心とした昼食です。献立は、栗赤飯・天ぷら盛り合わせ・炊き合わせ・花五目卵巻・彩りマリネ・きんぴら・漬物・清まし汁・ミニデザートです。「美味しい!」「豪華ね!」と大好評でした。

この日はたくさん笑って美味しいものを召し上って頂き、利用者の皆さんの多くの笑顔がみられました。日頃の感謝を少しでも伝えられた会になったと思います。



ふれあい祭り

今年のふれあい祭りは、十月一日に開催され、当日は天候にも恵まれました。

友愛ホームの音楽クラブ「のびのびグループ」がコンサートに出演しました。「エーデルワイス」「お祭りマンボ」「森へ行きましょう」の三曲をハンドベルや鉄琴などを使い演奏しました。皆さんの日頃の練習の成果が現われ、美しい音色が会場に響きわたりました。中には踊り出す方もおり、会場が大変盛り上がりました。また、友愛ホーム利用者のボランティアにより、ポップコーン販売を行いました。ポップコーン作りも楽しく、和気あいあいとした雰囲気の中で、このような「利用者の皆さんと支援員が一緒に作業を行う」という機会を設けることが出来良かったと思います。午後には御神輿や太鼓の演奏により、来場者の皆様も楽しまれました。



利用者さんの作品展示風景

合同運動会

今年も「身体に障害のある人もない人もお年寄りも一緒に秋の一日過ごそう」をテーマに合同運動会が開催されました。

友愛ホームは黄色組。利用者の皆さんは、黄色いタオルを振って一生懸命応援されていました。参加競技は「バレーンフアイト」と「玉入れ」、「じゃんけん首飾り」、「綱引き」の四つ。競技に参加された利用者さんの中には、初めて運動会に参加された方もおり「人が多くて凄いね!」と笑顔も多く見られ、楽しまれていらっしゃいました。また、「綱引き」には職員一名が参加しました。皆さまと運動会の興奮を共有しながら頑張りました。

今年の組分けは、赤組と青組、黄色組の三色。優勝は、青組で友愛ホームの黄色組は残念ながら二位でした。来年も皆さんで楽しく元気に参加できるように、健康で過ごしていきましょう。



マンツーマンサービス

利用者の宮野さんより以前からご要望の有った、ご自身に適したテレビ用のイヤホンを購入する為に、大型電気店のある高井戸まで行ってきました。大型店なので沢山の商品が店頭に並んでおり、選ぶのに少々迷いましたが、幾つかを実際に試して、お好みの色で使い心地が良い品を選ぶ事が出来ました。

お買物物の後、甘いものが食べたいというご希望があった為、帰り道にあるファミリーレストランに寄り、アイスクリームとティラミスを召し上がりました。お茶を飲みながら、普段なかなか伺えない身の上話など、ゆっくりお話をすることが出来ました。帰園後、「まだ行きたいね」と感想を頂戴し、良い時間を過ごして頂けたのではないかと思います。

(担当支援員)



ファミリーレストランにて、ティータイム

★健康コラム★

「インフルエンザ予防と手洗いについて」

手洗いには水道水だけではなく「せっけん」の使用が有効です。せっけんがなぜ風邪予防に有効なのかを考えてみたいと思います。

せっけんを使うことで効果的にできること、それは「アブラ汚れを簡単に落とせる」ということです。細菌はアブラ汚れと共に皮膚に付着していることが多く、せっけんで手洗いをすることで、手に付着した細菌を洗い流しやすくなります。

インフルエンザウイルスはどうか？インフルエンザウイルスはウイルスの表面に「エンベロープ」と呼ばれる殻のような構造を持っています。エンベロープを持つタイプのウイルスにはせっけんは非常に有効です。せっけんが持つアブラを落とす作用でエンベロープが皮膚から剥がれやすくなるからです。インフルエンザウイルスの他にヘルペスウイルス・B型肝炎ウイルス・HIVなどもエンベロープを持っています。

せっけんは良く泡立ててから手を洗い、水道水でしっかりせっけんを洗い流すことが手洗いの基本です。しかし、洗い過ぎには注意が必要です。洗い過ぎて手が荒れると皮膚のバリア機能が損なわれ、細菌やウイルスなどの病原体が皮膚の奥深くに侵入するリスクがあるからです。これでは本末転倒です。

何事も「過ぎたるはなお及ばざるがごとし」適度で適切な手洗いでインフルエンザ感染のリスクを減らしましょう。

(看護師)

★給食連載★

みんな大好き

人気メニュー紹介 其の三十二

「秋刀魚の炭火焼き」

十月の秋晴れの日、友愛ホームで「秋刀魚の炭火焼き」を行いました。今年も秋刀魚が小さ目、高値とニュースでも話題になりましたが、当日は無事、北海道直送の秋刀魚を仕入れることが出来ました。

屋上でお昼ご飯を食べるには最適な日和、脂がのった秋刀魚を職員が炭火で香ばしく焼き、焼きたてを召し上がって頂きました。秋刀魚の骨を箸で取り除くことが難しい方には、調理員が小骨を丁寧に取り除いて差し上げました。屋外で頂く秋刀魚の味は格別と、利用者の皆さんには大好評、友愛ホームの秋の恒例行事となりました。

(栄養士)



★行事予定★

平成二十九年

十一月◎バスハイク

◎ホーム喫茶

「コーラス

グループ

三三五五」

十二月

◎忘年会

平成三十年

一月 ◎新年祝賀会

編集後記

秋の大型行事も終わり、今年も残すところ約一ヶ月となりました。

立冬を境に気温もぐっと下がり、友愛ホームでも風邪をひいてしまう方が増えています。

うがい・手洗いをして、元気に楽しい年末年始を迎えましょう。

